

中華基督教會合一堂



二零一八年大齋期

四十天默想靈修資料

14/02/2018-31/03/2018

簡介及導引

2018年大齋節期將於2月14日開始，紀念耶穌在曠野四十晝夜面對試探的事蹟，所以歷代教會傳統上在這是個嚴肅的節期，鼓勵各位兄弟在這段時間多作靈修、禁食、默想、自省等。然而，四十天的靈修資料供兄弟於每週由禮拜一至禮拜六每日靈修之用。而每主日是一個慶祝基督復生及敬拜上帝的日子，不會使用此靈修資料。

本年靈修資料以聖經舊、新約人物的生命為重心，顯出上帝的保守與應許，反省基督的受苦與代贖，與眾信徒得救的盼望。由於篇幅所限，只是以點題式引述，未能全面解構每個人物生命寶貴的經歷。整個默想內容亦包括對經文閱讀、思想的導引及生命的反省，也附加上禱文及建議的行動。兄弟可按個人領受及實際情況實踐回應行動。

Lent



2018 年大齋期四十天默想靈修記錄

2月11日 塗灰禮	2月25日 大齋期第二主日	3月9日 第二十天	3月21日 第三十天
2月14日 第一天	2月26日 第十一天	3月10日 第二十一天	3月22日 第三十一天
2月15日 第二天	2月27日 第十二天	3月11日 大齋期第四主日	3月23日 第三十二天
2月16日 第三天	2月28日 第十三天	3月12日 第二十三天	3月24日 第三十三天
2月17日 第四天	3月1日 第十四天	3月13日 第二十四天	3月25日 棕枝主日
2月18日 大齋期第一主日	3月2日 第十五天	3月14日 第二十五天	3月26日 第三十四天
2月19日 第五天	3月3日 第十六天	3月15日 第二十六天	3月27日 第三十五天
2月20日 第六天	3月4日 大齋期第三主日	3月16日 第二十七天	3月28日 第三十六天
2月21日 第七天	3月5日 第十七天	3月17日 第二十八天	3月29日 第三十七天
2月22日 第八天	3月6日 第十八天	3月18日 大齋期第五主日	3月30日 第三十八天
2月23日 第九天	3月7日 第十九天	3月19日 第二十九天	3月31日 第三十九天
2月24日 第十天	3月8日 第二十天	3月20日 第三十天	4月1日 復活主日

☞完成當天默想靈修後，請用☑表示已記錄☞

第一天

伊甸園與亞當

經文：耶和華上帝呼喚那人，對他說：「你在哪裏？」他說：「我在園中聽見你的聲音，我就害怕；因為我赤身露體，我便藏了。」耶和華說：「誰告訴你赤身露體呢？莫非你吃了我吩咐你不可吃的那樹上的果子嗎？」那人說：「你所賜給我、與我同居的女人，她把那樹上的果子給我，我就吃了。」耶和華上帝對女人說：「你做的是甚麼事呢？」女人說：「那蛇引誘我，我就吃了。」創 3:9-13

思想：在整個伊甸創造的計劃，亞當原本承擔起重要的身份與責任，他要作為人類的代表管理世界。但因不遵行上帝吩咐，犯了罪，亞當與夏娃均沒有悔罪的心，甚至被趕出伊甸時，繼續將罪惡的意念代代延續。

反省：在大齋節期開始，我們要學習去反省及悔罪。因為在悔罪過程中，才能更多認識自己，更多順服在天父的旨意裡。

祈禱：主啊，求祢幫助我，在大齋期的默想旅程，藉著反省及悔罪，更多親近主，明白主的旨意。奉主名求。誠心所願。

行動：在你的日程表之中，每天劃定時段來作大齋期的默想。這是你與天父的黃金時段，要持守及努力。



第二天

以諾與上帝行

經文：以諾活到六十五歲，生了瑪土撒拉。以諾生瑪土撒拉之後，與上帝同行三百年，並且生兒養女。創 5:21-22

以諾因著信，被接去，不至於見死，人也找不著他，因為上帝已經把他接去了；只是他被接去以先，已經得了上帝喜悅他的明證。來 11:5

思想：亞當之後，第一個人被稱為“與上帝同行”就是以諾。而希伯來書更強調他因著信，得著上帝喜悅他的明證。這種同行的生命表示他與上帝的心意合一。

反省：今天我是否與主同行？在生活及行事為人是否與主的心意合一。還是仍有一段距離，偏行己路？求主憐憫及幫助，叫我們有以諾的心懷，願意一生與主同行。

祈禱：主啊！求祢引導我們前路，在每一天生活之中，顯出與主同行的生命，成為一個蒙福的生命，也藉此祝福周邊的鄰舍。

行動：在家中或街上，嘗試用十分鐘踱步，慢慢步行。留意每一步，感受一下，在急速生活節奏慢下來的感覺。也嘗試思想你正與上帝同行，享受當中的甘甜。



第三天

挪亞興建方舟

經文：挪亞的後代記在下面。挪亞是個義人，在當時的世代是個完全人。挪亞與上帝同行。創 6:9

耶和華對挪亞說：「你和你的全家都要進入方舟；因為在這世代中，我見你在我面前是義人。創 7:1

挪亞因著信，既蒙上帝指示他未見的事，動了敬畏的心，預備了一隻方舟，使他全家得救。因此就定了那世代的罪，自己也承受了那從信而來的義。來 11:7

思想：挪亞得上帝的指示造方舟，是當代世人不認同的，只是挪亞全家同心合意才能成就這事。上帝應許的救恩不單是個人，也是給我們整個家庭的。

反省：我們有沒有因為遵行天父的旨意，而被其他人所誤解，甚至被別人所埋怨？但願我們學效救主基督，持定上帝救恩的計劃，堅定又忠心履行上帝的旨意。

祈禱：主啊，求祢教導我們如何為家人的信心禱告，幫助我們有智慧地與家人分享救恩的喜樂與盼望。

行動：請為你的家人的需要及信心代禱：

第四天

羅得這一家人

經文：當時，耶和華把硫磺與火，從天上耶和華那裏降與所多瑪和蛾摩拉，把那些城和全平原，城裏所有的居民和土地上生長的，都毀滅了。羅得的妻子在他後邊回頭一看，就變成了一根鹽柱。創 19:24-26

同樣，就像在羅得的日子，人又吃又喝，又買又賣，又耕種又建造，到羅得離開所多瑪的那日，有火與硫磺從天上降下來，把他們全都滅了。人子顯現的日子也要這樣。在那日，人在屋頂上，東西在屋裏，不要下來拿；人在田裏，也不要回家。你們想想羅得的妻子吧！凡想保全性命的，要喪失性命；凡喪失性命的，要保存性命。路 17:28-33

思想：在羅得的時代，人類的罪惡集中於所多瑪的地方。大家浸淫在放縱、道德敗壞的生活之中。誰知審判就臨到，除了主眼中的義人，無一幸免。

反省：我們每天如常生活、吃喝的時候，常留心生活的言行，在主眼前蒙恩稱義，時刻尋求主的旨意。即或與世人的價值不同，堅守真理是不可退讓的。

祈禱：主啊！求祢以聖言光照我們，在這黑暗世代之中，緊跟真理的光輝而行，不偏左右，專心至志的作祢的兒女。奉主名求。誠心所願。

行動：在大齋期，立志專心仰望上帝。在生活及吃喝的習慣上，更多思想上帝的恩典。不要放縱自己的生活，學習節制的功課。留意自己飲食習慣，嘗試將一些已成為綑綁的飲食習慣，加以改善。如咖啡、奶茶、辣、零食、汽水或甜品等。

第五天

亞伯拉罕之信

經文：亞伯拉罕就臉伏於地竊笑，心裏想：「一百歲的人還能有孩子嗎？撒拉已經九十歲了，還能生育嗎？」創 17:17

耶和華的使者從天上呼喚他說：「亞伯拉罕！亞伯拉罕！」他說：「我在這裏。」12 天使說：「不可在這孩子身上下手！一點也不可傷害他！現在我知道你是敬畏上帝的人了，因為你沒有把你的兒子，就是你的獨子，留下不給我。」創 22:11-12

思想：亞伯拉罕的信心是經過歷程而成長的，不是一朝一夕而得的。過程中亞伯拉罕更深入認識那位呼召他的主上帝，明白主上帝要藉他賜福萬國的心意。

反省：我們也每天學習這信心的功課，經過歷練的過程，我們經歷不同的試練與挑戰，更曉得依靠恩典的主。祂也曾在四十曠野試練之中，勝過誘惑試探。

祈禱：主啊！我們信心不足，求主加添。在我們懷疑的時候，求聖靈光照，堅固信心，使我們能結出信心的美果。奉主名求。誠心所願。

行動：寫下你在大齋期靈修安靜時，面對的挑戰與困難。為這些困難與挑戰禱告，求主幫助。



第六天

抓著祝福的雅各

經文：隨後，以掃的弟弟也出生，他的手抓住以掃的腳跟，因此給他起名叫雅各。創 25:26

他夜間起來，帶著兩個妻子，兩個婢女和十一個孩子，過了雅博渡口。他帶著他們，送他們過河，他所有的一切也都過去，只剩下雅各一人。有一個人來和他摔跤，直到黎明。那人見自己勝不過他，就摸了他的大腿窩一下。雅各的大腿窩就在和那人摔跤的時候扭了。那人說：「天快亮了，讓我走吧！」雅各說：「你不給我祝福，我就不讓你走。」那人說：「你叫甚麼名字？」他說：「雅各。」那人說：「你的名字不要再叫雅各，要叫以色列，因為你與上帝和人較力，都得勝了。」創 32:22-28

思想：雅各人生抓著很多好處，長子名份，四個妻子，無數羊群財富等等。但人生要抓至重的事，只有一件：上帝的祝福。

反省：我們的人生是否也隨波逐流，要抓著名、權與利？還是能及時醒覺：如果沒有上帝的祝福，原來一切都是泡影，都是虛浮的。

祈禱：主啊，求祢賜我們做醒的心，時刻尋求祢的祝福，遠勝過世上的榮華富貴。奉主名求，誠心所願。

行動：試寫下上帝在過往日子給你的祝福。為這些祝福獻上感謝祈禱。



第七天

約瑟人生起跌

經文：後來約瑟又做了另一個夢，告訴他哥哥們說：「看哪，我又做了一個夢；看哪，太陽、月亮和十一顆星都向我下拜。」創 37:9

約瑟對他們說：「不要怕，我豈能代替上帝呢？從前你們的意思是要害我，但上帝的意思原是好的，要使許多百姓得以存活，成就今日的光景。創 50:19-20

思想：創世記用了很長的篇幅記載約瑟的經歷，他由迦南地輾轉來到埃及，由被殺、被賣的危機，躍升埃及的宰相。一切都掌握在上帝手中，不單為個人的名成利就，乃是為整個民族的將來作準備。

反省：耶穌基督也為了整個人類的救恩，犧牲自己本有神聖尊貴的身份，降卑為人，被人藐視唾棄，被釘在羞辱的十字架上，為要成就上帝救贖的大功。

祈禱：主啊！感謝祢的捨生救贖，使我們與上帝和好。求主也使我們成為祢的僕人，成就上帝的旨意和計劃。奉主名求。誠心所願。

行動：再思十字架對你的生命的影響。是羞辱？是恩典？是代價？是永恆的確據？



第八天

忠信僕人摩西

經文：摩西生下來，他的父母見他是個俊美的孩子，就因著信，把他藏了三個月，並不怕王命。摩西因著信，長大了就不肯稱為法老女兒之子。他寧可和上帝的百姓同受苦害，也不願暫時享受罪中之樂。他看為基督受的凌辱比埃及的財物更寶貴，因他想望所要得的賞賜。他因著信，就離開埃及，不怕王怒；因為他恆心忍耐，如同看見那不能看見的主。他因著信，就守逾越節，行灑血的禮，免得那滅長子的臨近以色列人。他們因著信，過紅海如行乾地；埃及人試著要過去，就被吞滅了。來 11:23-29

思想：摩西面前大好前途，卻因信，走上另一條崎嶇的路，他的忠與信，展示他看見有一個永恆的確據，與及更美的家鄉在前方，等待他去領受的。這是基督耶穌為我們預備的救恩。

反省：我們今天只是埋首於自己的工作、成就及財富，還是我們可以有摩西忠信遠大的目光，看見永恆的計劃在前方。叫我們願意放下一切，背起自己的十字架，天天跟隨恩主？

祈禱：主啊！求祢的真光啟迪我們，讓我們看見祢所預備救恩的計劃。我們就快跑跟隨祢。奉主名求。誠心所願。

行動：我們學習跟隨主跟蹤而行。在家中或在公園草地，嘗試脫鞋赤腳走路，一邊行走時，一邊思想個人生命經歷。試寫下你的感受及發現。

第九天

約書亞立石為記

經文：「現在，你們要除掉你們中間外邦的神明，專心歸向耶和華—以色列的上帝。」百姓對約書亞說：「我們必事奉耶和華—我們的上帝，聽從他的話。」那日，約書亞就與百姓立約，在示劍為他們制定律例典章。約書亞把這些話寫在上帝的律法書上，又拿一塊大石頭立在橡樹下耶和華聖所的旁邊。約書亞對眾百姓說：「看哪，這石頭可以向我們作見證，因為它聽見了耶和華所吩咐我們的一切話；這石頭將向你們作見證，免得你們背叛你們的上帝。」書 24:23-27

思想：約書亞接續摩西領以色列人進迦南，晚年功成身退之際，仍要盡上領袖的責任：使百姓立約專心歸向上帝，不偏離律例典章。他不單只顧及應許之地的奪取，更留意百姓心靈純淨，專一事主的重要。

反省：我們在跟隨主的歷程中，會否因為面對重重的困難時，就轉離上帝，自己尋求其他的幫助？我們是否願像百姓立石為記，鐵定跟隨主上帝，聽從祂的話。

祈禱：主啊！求主賜我們堅定的心志，跟隨基督的步履，活出上帝兒女的生命。不被異端邪說所迷惑，離棄主道。奉主名求。誠心所願。

行動：拾一塊小石，細心察看石頭，用手觸摸石頭光滑部份，也感受其凹凸不平的部份。思想這小石塊經歷了什麼？



第十天

勇敢果斷的迦勒

經文：迦勒在摩西面前安撫百姓，說：「我們立刻上去得那地吧！我們必能征服它。」民 13:30

惟獨我的僕人迦勒，因他另有一個心志，專心跟從我，我要領他進入他所去過的那地；他的後裔必得那地為業。數 14:24

思想：迦勒作探子時已是一個力排眾議，一心尋求上帝旨意的人，他與約書亞均可以進入應許之地，聖經記載那一代的百姓沒有人能進入那地。

反省：我們是否已有確實的把握可以進入那應許之地？你的把握是什麼？

祈禱：主啊！祢已賜我們能進永恆生命的應許。因祢已白白將祢的獨生子賜給我們。我們今天只靠救主而活，又靠主恩主愛，得享永恆的確據。我們要感謝祢。奉主名求。誠心所願。

行動：回想你的經歷，曾因確定要跟隨主的旨意，而面對別人的誤解。在主前安靜禱求，求主賜我們勇氣和信心。



第十一天

大能勇士基甸

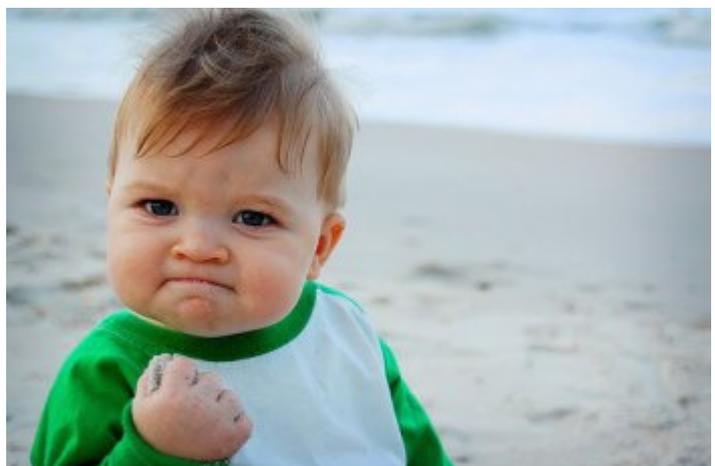
經文：耶和華的使者向基甸顯現，對他說：「大能的勇士啊，耶和華與你同在！」基甸對他說：「主啊，請容許我說，耶和華若與我們同在，我們怎麼會遭遇這一切事呢？我們的列祖告訴我們：『耶和華領我們從埃及上來』，他那奇妙的作為在哪裏呢？現在耶和華卻丟棄了我們，把我們交在米甸人的手掌中。」耶和華轉向基甸，說：「去，靠著你這能力拯救以色列脫離米甸人的手掌。我豈不是已經差遣了你嗎？」士 6:12-14

思想：基甸在被上帝的使者呼召時，顯出他對當時局勢的失望，甚至對上帝也失望。上帝卻一再給他神蹟作為印證，使他成為上帝大能的勇士。

反省：事奉上帝的過程，我們並不是一蹴而幾，上帝卻包容忍耐我們的軟弱，孕育我們成長，作祂忠心的僕人。

祈禱：主啊！求祢寬恕我們的小信，叫我們在祢的憐憫及恩典中，日漸成長，能作祢大能的勇士。奉主名求。誠心所願。

行動：「軟弱」與「大能」這兩個詞語，在你的身上有什麼提醒？



第十二天

捨身成義的參孫

經文：後來婦人生了一個兒子，給他起名叫參孫。孩子長大，耶和華賜福與他。在瑪哈尼·但，就是瑣拉和以實陶中間，耶和華的靈才感動他。士 13:24-25

參孫求告耶和華說：「主耶和華啊，求你眷念我。上帝啊，求你賜我這一次的力量，使我在非利士人身上報那剜我雙眼的仇。」參孫就抱住托房的那兩根柱子：左手抱一根，右手抱一根，說：「我情願與非利士人同死！」就盡力屈身，房子倒塌，壓住首領和房內的眾人。這樣，參孫死時所殺的人比活著所殺的還多。士 16:28-30

思想：參孫的名字本意是以色列的解救者，或是釋放者。在他的生命中卻被很多感情事所纏綁，而他一切的行動都是個人為主，沒有隊工，沒有人認同。上帝卻憐憫他，使用他作士師，對非利士強敵迎頭痛擊。

反省：我們很多時候不明白上帝的差使及計劃。上帝未必只使用完美的人為祂作工，實在沒有人是完美無瑕的。反而盡力運用自身從上而來的恩賜，忠心事奉主，必能成就祂的聖工。

祈禱：主啊！我原不配，順服祢的揀選；我原卑微，祢恩手抬舉。甘心樂意，學像基督，作祢僕人。奉主名求。誠心所願。

行動：在主前安靜禱告，若願意的話，在心形中填上自己的名字，表示對主的順服，學像基督。



第十三天

蒙主恩的路得

經文：路得說：「不要催我回去不跟隨你。你往哪裏去，我也往那裏去；你在哪裏住宿，我也在那裏住宿；你的國就是我的國，你的上帝就是我的上帝。你在哪裏死，我也在那裏死，也葬在那裏。除非死能使你我相離！不然，願耶和華重重地降罰與我。」得 1:16-17

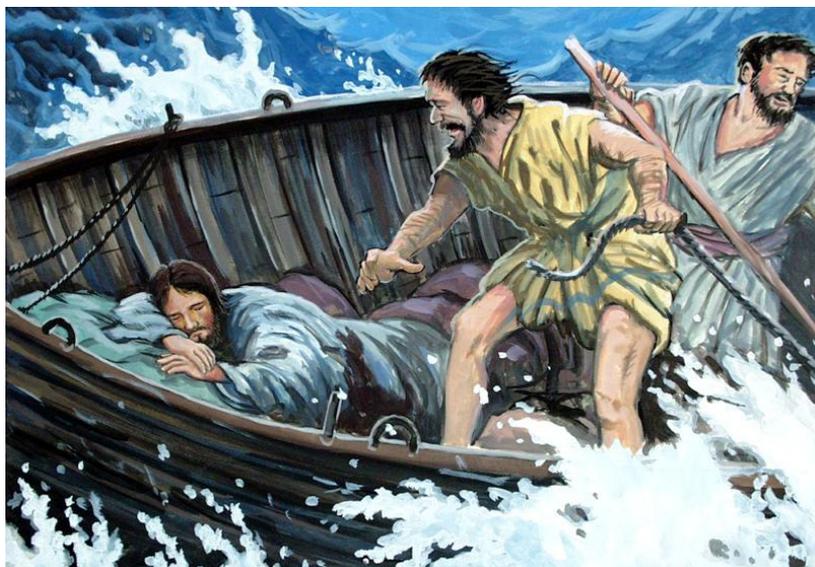
思想：一位外邦女子路得對奶奶拿俄米的上帝如此忠信，叫她們雖然人生遭遇巨變，又遇天災，多重打擊，卻以上帝作她們的依靠，作人生暴風的安穩，也在黑夜中預備了曙光。

反省：我們人生之中也常遇大大小小的風暴，隨時來襲，防不勝防。唯有靠賴平靜風浪的主，祂早已在我們船上。為何不早早尋求祂的幫助呢！

祈禱：主啊！救我！

行動：詩歌分享：

有主在我船中，我能笑於暴風，笑於暴風，笑於暴風；
有主在我船中，我能笑於暴風，直到安登彼岸。
駛進，向前進；駛進，向前進；
有主在我船中，我能笑於暴風，直到安登彼岸。



第十四天

徹底祈禱的哈拿

經文：婦人說：「主啊，我敢在你面前起誓，從前在你這裏站著祈求耶和華的那婦人，就是我。我祈求為要得這孩子；耶和華已將我所求的賜給我了。所以，我將這孩子歸與耶和華，使他終身歸與耶和華。」撒母耳記上 1:26-28

思想：哈拿在主前立願，求主賜一子，得蒙應允。她信守立願，將兒子終身獻予上帝。她極愛撒母耳，只是因為這是上帝的所賜予的，她要將撒母耳獻給上帝。

反省：我們今天也向上帝求，祂應允禱告給予我們所需，我們有沒有認定這些一切原本都是屬於祂的。

祈禱：主啊！萬有都屬於主祢的，生命也屬於祢的，求教導我們不為自己留下分毫，全心全意的呈獻。奉主名求。誠心所願。

行動：在大齋期，嘗試將安排一次禁食祈禱的操練。將禁食省下來的餐費，奉獻給一個扶貧慈善機構。並為機構事工及受助者禱告。



第十五天

最後的士師撒母耳

經文：撒母耳不喜悅他們說「立一個王治理我們」，他就禱告耶和華。耶和華對撒母耳說：「百姓向你說的一切話，你只管依從；因為他們不是厭棄你，乃是厭棄我，不要我作他們的王。自從我領他們出埃及到如今，他們常常離棄我，事奉別神。現在他們向你所行的，是照他們素來所行的。故此你要依從他們的話，只是當警戒他們，告訴他們將來那王怎樣管轄他們。」撒母耳記上 8:6-9

思想：撒母耳作為最後一位士師，明白百姓的叛逆，抗拒上帝的管治。他深知這改變，會帶來以色列民族不可逆轉的罪惡深淵。

反省：今天我們與人分享福音，分享上帝對人心意，若遇到拒絕。我們要為對方祈禱，因為他們不單是拒絕了我們，更重要是拒絕了上帝的好意及大愛。

祈禱：主啊！求祢憐憫幫助那些拒絕福音的人，求聖靈繼續動工。主恩典的大能必能叫對方明白或感受主的愛。奉主名求。誠心所願。

行動：列舉五位未信主的親人的名字，為他們得聽福音的機會代禱。求主感動他們，透過我們的關心，經歷主的愛。

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____



第十六天

自把自為掃羅王

經文：掃羅照著撒母耳所定的日期等了七日。撒母耳還沒有來到吉甲，百姓也離開掃羅散去了。掃羅說：「把燔祭和平安祭帶到我這裏來。」掃羅就獻上燔祭。剛獻完燔祭，撒母耳就到了。撒上 13:8-10

撒母耳對掃羅說：「你做了糊塗事了，沒有遵守耶和華—你上帝所吩咐你的命令。若遵守，耶和華必在以色列中堅立你的王位，直到永遠。現在你的王位必不長久。耶和華已經尋著一個合他心意的人，立他作百姓的君，因為你沒有遵守耶和華所吩咐你的。」撒上 13:13-14

思想：掃羅王作為第一位以色列的君王，卻因為缺乏耐性、也受群眾的壓力，做了群眾喜悅的事。然而，這行動不單搶奪了祭司的職份，也得罪了上帝。

反省：忍耐的功課是最難學的，通常在達臨界的一刻（就是我們認為忍耐不住的時候），再多等一刻，就是上帝的工作的時間表。

祈禱：主啊！求主賜我們忍耐的心，好叫我們能看見上帝的作為。奉主名求。誠心所願。

行動：安坐在一張舒適椅子上，放鬆身體，然後，慢慢作深呼吸，每呼一下或吸一下，都用約五秒時間。留意身體的感覺，自己精神的狀態。



第十七天

牧者君王大衛

經文：耶和華是我的牧者，我必不致缺乏。
他使我躺臥在青草地上，領我在可安歇的水邊。
他使我的靈魂甦醒，為自己的名引導我走義路。
我雖然行過死蔭的幽谷，也不怕遭害，
因為你與我同在；
你的杖，你的竿，都安慰我。
在我敵人面前，你為我擺設筵席；
你用油膏了我的頭，使我的福杯滿溢。
我一生一世必有恩惠慈愛隨著我；
我且要住在耶和華的殿中，直到永遠。詩 23:1-6

思想：大衛作君王之前是一位牧羊人，他體會帶領羊群時的職責，在羊走迷時領他們回轉，面對敵人時如何捨身保護。叫大衛成為一個稱職的君王。他也常常親近上帝，聆聽那位大牧人、大君王的吩咐。

反省：我們都如羊走迷，活在生活的荊棘叢，不能自拔自救。唯有等候那位甘願撇下九十九隻羊，尋找失落迷羊的大牧人，祂必會親手救拔我們，將我們放在祂肩頭上，領我們返回羊群之中。

祈禱：主啊！我願意每天更多親近祢，瞻見祢的榮光，讓祢的真理光照我們，引導我們走義路。奉主名求。誠心所願。

行動：這幅圖片對你有什麼啟示？



第十八天

患難好友約拿單

經文：大衛對掃羅說完了話，約拿單的心與大衛的心深相契合。約拿單愛大衛，如同愛自己的性命。那日掃羅留住大衛，不容他再回父家。約拿單愛大衛如同愛自己的性命，就與他結盟。約拿單從身上脫下外袍，給了大衛，又將戰衣、刀、弓、腰帶都給了他。撒上 18:1-4

思想：約拿單與大衛的友情，勝過自己的性命，更勝過父親掃羅王的計謀。約拿單救大衛脫離掃羅王的殺害，伸張正義及上帝的旨意。人生有這樣的朋友，夫復何求！

反省：人生中有不少好朋友，能時刻相伴，又能給我們隨時幫助及勸慰的，就是那位主耶穌。祂時刻在我們心中，聆聽我們禱求。

祈禱：主啊！祢是我的良朋知己，祢明白我的需要，願祢時刻與我結伴同行，走過人生路途。奉主名求。誠心所願。

行動：寫下你朋友的名字，他們與你有著深刻的經歷。為這些經歷感謝上帝。

FRIENDS :



第十九天

智慧之王所羅門

經文：所羅門因為求這事，就蒙主喜悅。上帝對他說：「你既然求這事，不為自己求壽、求富，也不求滅絕你仇敵的性命，單求智慧可以聽訟，我就應允你所求的，賜你聰明智慧，甚至在你以前沒有像你的，在你以後也沒有像你的。你所沒有求的，我也賜給你，就是富足、尊榮，使你在世的日子，列王中沒有一個能比你的。你若效法你父親大衛，遵行我的道，謹守我的律例、誡命，我必使你長壽。」王上 3:10-14

思想：所羅王的智慧，也帶給以色列的太平興盛。然而，聖經也記載了他因王妃眾多，引入了不少異教崇拜進入皇室，禍延世代。

反省：人的智慧與聰明比起上帝微不足道，人所計劃安排只是今生的事，下一代已不能掌握。我們唯有盡力教導勸勉，力求上帝的真光引導，不致走歪。

祈禱：主啊！我將自己及家人，特別是下一代交在主的手中，求祢光照引導他們，不走歪道，常持守正道。奉主名求。誠心所願。

行動：寫下你下一代的名字：也許是你的兒女、也許是你的學生或是你認識的年幼一代的名字。為他們祈禱，求主帶領走在上帝的真道上。

第二十天

禱告求雨的以利亞

經文：基列寄居的提斯比人以利亞對亞哈說：「我指著所事奉永生耶和華－以色列的上帝起誓，這幾年我若不禱告，必不降露，不下雨。」王上 17:1

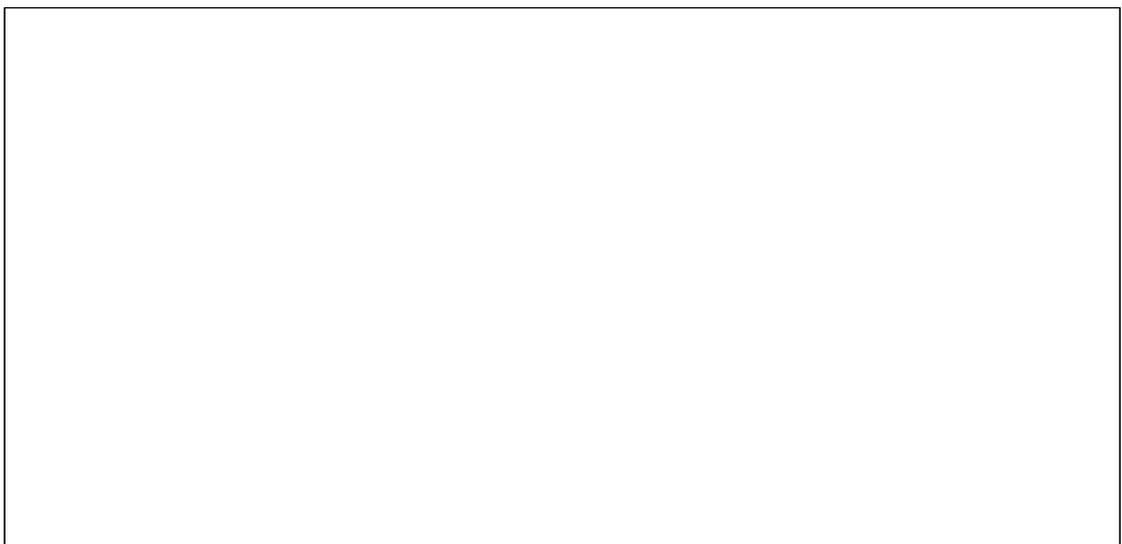
思想：作為上帝的先知，要為上帝施行審判亞哈，整個大地都因此受咒詛。帶來災禍的不是先知，乃是離棄上帝，膜拜其他神明的亞哈和他的皇后耶洗別。

反省：感謝主，今天上帝不再用這災禍來審判人，因為我們有聖靈作保惠師，時常省察自己，也藉信徒間的提醒，使我們早日回轉，不至沉淪罪中。

祈禱：主啊！求祢施恩如天雨降臨，洗滌我們的罪孽，叫我們的靈能歸回為祢的安息。奉主名求。誠心所願。

行動：觀看天空，無論是晴，是雨，是晨光，是晚霞，感受上帝的恩典及供應。向主發出讚美的祈禱。

嘗試用手機拍下當下的景色，印出相片後，貼在下面。作為留念及默想之用。



第二十一天

聖靈感動以利沙

經文：以利亞對以利沙說：「我未曾被接去離開你，你要我為你做甚麼，只管求我。」以利沙說：「願感動你的靈加倍地感動我。」以利亞說：「你所求的難得。雖然如此，我被接去離開你的時候，你若看見我，就必得著；不然，必得不著了。」王下 2:9

思想：以利沙要接續偉大的先知以利亞的工作，他不是要求相同的能力，或是工作方法。他明白以利亞背後，上帝的聖靈不斷的工作，先知也只是僕人而已。所以，他求感動以利亞的靈，加倍感動自己，叫往後的事奉更合上帝心意。

反省：我們若禱告得合宜，就會體貼上帝的心意，為主成就大事。求主教導我們如何祈禱。

祈禱：主啊！我們原不曉得如何禱告，求聖靈教導我們，用說不出的嘆息為我們代求。奉主名求。誠心所願。

行動：試寫下你一次蒙應允的禱告。求主賜信心，學習更多體貼主的心意。



第二十二天

約拿的再救贖

經文：耶和華上帝安排一棵蓖麻，使其發生高過約拿，影兒遮蓋他的頭，救他脫離苦楚；約拿因這棵蓖麻大大喜樂。次日黎明，上帝卻安排一條蟲子咬這蓖麻，以致枯槁。日頭出來的時候，上帝安排炎熱的東風，日頭曝曬約拿的頭，使他發昏，他就為自己求死，說：

「我死了比活著還好！」上帝對約拿說：「你因這棵蓖麻發怒合乎理嗎？」他說：「我發怒以至於死，都合乎理！」耶和華說：「這蓖麻不是你栽種的，也不是你培養的；一夜發生，一夜乾死，你尚且愛惜；何況這尼尼微大城，其中不能分辨左手右手的有十二萬多人，並有許多牲畜，我豈能不愛惜呢？」拿 4:6-11

思想：約拿的經歷指出上帝對尼尼微的憐憫，也帶出上帝對祂的僕人的忍耐及教導，甚至對約拿也是一種的救贖。從他的憤怒、憎恨及苦毒之中解救出來。

反省：憤怒、憎恨及苦毒等時常困擾我們，使我們埋在黑暗無光的境地，求主賜下亮光，解救我們出陰霾，看見上帝美善的旨意。

祈禱：主啊！求祢從淤泥中救拔我，用牛漆草潔淨我，將一切憤怒、憎恨及苦毒等，洗滌淨盡。奉主名求。誠心所願。

行動：回想一次你發怒的經歷，再思想整個過程，是否自己完全合理嗎？安靜在主前禱告，求主的真光照亮。

第二十三天 以賽亞的呼召

經文：當烏西雅王崩的那年，我見主坐在高高的寶座上。他的衣裳垂下，遮滿聖殿。其上有撒拉弗侍立，各有六個翅膀：用兩個翅膀遮臉，兩個翅膀遮腳，兩個翅膀飛翔；彼此呼喊說：聖哉！聖哉！聖哉！萬軍之耶和華；他的榮光充滿全地！因呼喊者的聲音，門檻的根基震動，殿充滿了煙雲。那時我說：「禍哉！我滅亡了！因為我是嘴唇不潔的人，又住在嘴唇不潔的民中，又因我眼見大君王—萬軍之耶和華。」賽 6:1-5

思想：先知以賽亞得主的啟示，看見天上的敬拜，也知道主的呼召。然而，他卻明白自身的不配與卑微，甚至隨時在上帝聖潔前被消滅的可能。

反省：作領袖的不能與群眾抽離，先知與百姓群體是一致的—不潔。因此，上帝要使用這不潔的生命完成祂的工作時，祂必先施行更新、改造及潔淨。

祈禱：主啊！求主先更新、改造及潔淨我的生命，好叫我能成為祢合用的器皿。

行動：在本週參與教會事奉之前，為自己禱告。求主先潔淨自己的生命，好叫自己成為主合用的器皿。



第二十四天

耶利米的眼淚

經文：耶和華啊，求你記念我如茵陳和苦膽的困苦窘迫。
我心想念這些，就在裏面憂悶。
我想起這事，心裏就有指望。
我們不致消滅，是出於耶和華諸般的慈愛；
是因他的憐憫不致斷絕。
每早晨，這都是新的；你的誠實極其廣大！
我心裏說：耶和華是我的分，因此，我要仰望他。
凡等候耶和華，心裏尋求他的，耶和華必施恩給他。
人仰望耶和華，靜默等候他的救恩，這原是好的。
人在幼年負軛，這原是好的。哀 3:19-27

思想：耶利米先知看見自己國家的遭遇，悲從中來。然而，他的指望仍在上帝的保守及慈愛，他認識上帝必然會伸手搭救他們的。

反省：我們在省察自己的罪時，有沒有被罪所籠罩，感到無望與絕望，以為上帝也早已離我們而去。但先知告訴我們上帝的信實與慈愛，祂必會施恩給我們的。

祈禱：主啊！我等候祢，我仰望祢，求祢快來，搭救我！奉主名求。誠心所願。

行動：為社會上弱勢群體，或一些正面對不公平對待的群體禱告，並作一餐的禁食，祈求主的公義憐憫彰顯。將禁食省下來的金銀作慈惠的捐助。



第二十五天

分別為聖但以理

行動：請在今天的默想靈修時間，將手機關上。將默想的時間，分別為聖，與恩主同行。

經文：但以理對太監長所派管理但以理、哈拿尼雅、米沙利、亞撒利雅的委辦說：「求你試試僕人們十天，給我們素菜吃，白水喝，然後看看我們的面貌和用王膳那少年人的面貌，就照你所看的待僕人吧！」

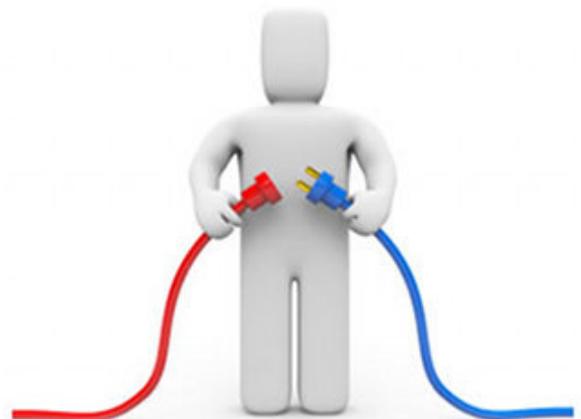
委辦便允准他們這件事，試看他們十天。過了十天，見他們的面貌比用王膳的一切少年人更加俊美肥胖。於是委辦撤去派他們用的膳，飲的酒，給他們素菜吃。但 1:11-16

思想：但以理與眾少年不沾王的飲食，也不沾染拜偶像的事，將自己的生活分別為聖。因此，他們蒙上帝的恩待及保守。

反省：我們今天有沒有過分別為聖的生活？在主日返教會崇拜，就是分別為聖的生活嗎？但願我們時刻反省：在平日生活之中如何活出「分別為聖」。

祈禱：主啊！祢用耶穌基督的寶血重價買贖我們，我們本屬於主。求主教導我們過分別為聖的生活。奉主名求。誠心所願。

行動：在關掉手機時，你要作出決定，與世界失聯。但是，你同時會發現，你與上帝重新連線，更加流暢無阻。



第二十六天

患難皇后以斯帖

經文：末底改託人回覆以斯帖說：「你莫想在王宮裏強過一切猶大人，得免這禍。此時你若閉口不言，猶大人必從別處得解脫，蒙拯救；你和你父家必致滅亡。焉知你得了王后的位分不是為現今的機會嗎？」以斯帖就吩咐人回報末底改說：「你當去招聚書珊城所有的猶大人，為我禁食三晝三夜，不吃不喝；我和我的宮女也要這樣禁食。然後我違例進去見王，我若死就死吧！」斯 4:13-16

思想：以斯帖作為亡國奴卻因皇后位份，能為猶大人滅族的危機作出最後的拯救。看見上帝保守祂的子民，總有絕處逢生的奇妙計劃。

反省：無論我們處於甚麼崗位，上帝總會在祂奇妙的計劃中，用得著你和我。只要我們願意離開安舒區，就會看見上帝的作為何等奇妙。

祈禱：主啊！求祢擦亮我們眼睛，叫我們看見祢的作為；我們也甘心被主使用。奉主名求。誠心所願。

行動：回想由你信主的一刻開始，你有沒有一些經歷：曾參與上帝的計劃之中。為這經歷感恩，也為未來被主所用而禱告，求主引導。

第二十七天

重申律法的以斯拉

經文：以斯拉定志考究遵行耶和華的律法，又將律例典章教訓以色列人。7:10

以斯拉說：「耶和華－我們列祖的上帝是應當稱頌的！因他使王起這心意修飾耶路撒冷耶和華的殿，又在王和謀士，並大能的軍長面前施恩於我。因耶和華－我上帝的手幫助我，我就得以堅強，從以色列中招聚首領，與我一同上來。」拉 7:27-28

思想：以斯拉在帶領以色列人回歸時，首要任務是教導百姓認識及遵從律法。上帝已為他們鋪陳回歸的路，只是人心仍未預備好，重申律法是要使百姓全然順服上帝。

反省：我們今天是否準備好自己順服在上帝的律例典章，還是我們心中仍有不少邪情私慾，蠢蠢欲動。主已為我們釘十字架，我們也要將老我、舊我釘死。願我們立志：每天都過著與蒙召的救恩相稱的生活。

祈禱：主啊！我本不足，求主加力；藉祢恩典，引導我們走在祢律例典章中。奉主名求。誠心所願。

行動：為自己的私慾或是罪惡的念頭禱告，求主赦免。又求賜力量，可以靠著聖靈的幫助，勝過試探。



第二十八天

尼希米守城記

經文：我們的上帝啊，求你垂聽，因為我們被藐視。求你使他們的毀謗歸於他們的頭上，使他們在擄到之地作為掠物。不要遮掩他們的罪孽，不要使他們的罪惡從你面前塗抹，因為他們在修造的人眼前惹動你的怒氣。
尼 4:4-5

思想：尼希米不單帶領百姓重建城牆，更重要的是在整個過程中，領略上帝的保守與看顧。雖然，四面受敵人的攻擊及威嚇，卻藉著向上帝禱告，穩住百姓的心，順利完成修建工作。

反省：今天，我們注目於工作及計劃，卻常常忘記禱告的大能。也常忘記上帝是掌管歷史，甚至是改變人心的主。

祈禱：若不是耶和華建造房屋，建造的人就枉然勞力；若不是耶和華看守城池，看守的人就枉然警醒。主啊！求祢幫助我們，堅守我們對祢的信心，不致動搖。奉主名求。誠心所願。

行動：立志作主的守望者，時刻警醒。為教會一件事工，或一位信徒的生命，作守望的禱告。



第二十九天

馬利亞順服主旨

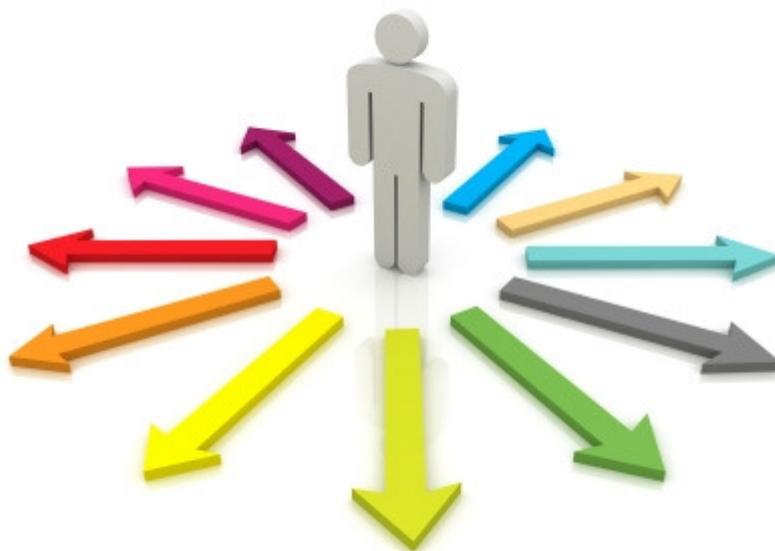
經文：天使進去，對她說：「蒙大恩的女子，我問你安，主和你同在了！」馬利亞因這話就很驚慌，又反覆思想這樣問安是甚麼意思。天使對她說：「馬利亞，不要怕！你在上帝面前已經蒙恩了。你要懷孕生子，可以給他起名叫耶穌。他要為大，稱為至高者的兒子；主上帝要把他祖大衛的位給他。他要作雅各家的王，直到永遠；他的國也沒有窮盡。」路 1:28-33

思想：馬利亞作為一個未出嫁的女子，聽了天使的預告，已來不及反應，而這嬰孩的成就更超乎想像。一般反應是拒絕、否定或無視。但馬利亞卻順服接受，帶領她走上一條蒙福的路。

反省：我們祈求上帝的旨意成就時，我們有沒有開放的心讓上帝的計劃來改變我們。還是依然故我，選擇自己覺得安樂舒適的路而行，迴避了上帝的呼召？

祈禱：主啊！求賜我謙卑順服的心，來領受祢為我預備的計劃。奉主名求。誠心所願。

行動：這幅圖片給你什麼印象？



第三十天

長者西面的預言

經文：「主啊！如今可以照你的話，釋放僕人安然去世；因為我的眼睛已經看見你的救恩－就是你在萬民面前所預備的：是照亮外邦人的光，又是你民以色列的榮耀。」

孩子的父母因這論耶穌的話就希奇。西面給他們祝福，又對孩子的母親馬利亞說：「這孩子被立，是要叫以色列中許多人跌倒，許多人興起；又要作毀謗的話柄，叫許多人心裏的意念顯露出來；你自己的心也要被刀刺透。」路 2:29-35

思想：長者西面期待已久，得見彌賽亞的面。只是他不單看見這嬰孩，更預見祂的將來。甚至向馬利亞預言祂的遭遇。

反省：我們很有限，只可以見到現在的事，將來的事有誰知曉？不是的，聖經早已告訴我們有關末世的事。我們只是避而不談，或是拋諸腦後。

祈禱：主啊！求主教導我們做醒過活，免致墮入糊塗的人生。在這末世時間，更時刻留意主的作為。奉主名求。誠心所願。

行動：本週內，每天手上套上三個橡膠圈，或在袋中放三個橡膠圈，作隨時準備，有需要時可以使用。



第三十一天

施洗約翰作先鋒

經文：約翰所作的見證記在下面：猶太人從耶路撒冷差祭司和利未人到約翰那裏，問他說：「你是誰？」他就明說，並不隱瞞，明說：「我不是基督。」他們又問他說：「這樣，你是誰呢？是以利亞嗎？」他說：「我不是。」「是那先知嗎？」他回答說：「不是。」於是他們說：「你到底是誰，叫我們好回覆差我們來的人。你自己說，你是誰？」他說：「我就是那在曠野有人聲喊著說：『修直主的道路』，正如先知以賽亞所說的。」那些人是法利賽人差來的；他們就問他說：「你既不是基督，不是以利亞，也不是那先知，為甚麼施洗呢？」約翰回答說：「我是用水施洗，但有一位站在你們中間，是你們不認識的，就是那在我以後來的，我給他解鞋帶也不配。」約 1:19-27

思想：施洗約翰要作基督的先鋒，叫人悔改歸主。更重要的是預備人心，迎接那位將要臨到的彌賽亞—耶穌基督。約翰明白自己的任務：祂必興旺，我必衰微。

反省：今天，我們也學像約翰一樣，在天國的聖工中，常顯主為大，叫人認識恩主的聖名，而不是認識教會或宗派的名字。

祈禱：主啊！藉我彰顯主恩典，卻不要叫我自誇。只誇基督十架的救恩。奉主名求。誠心所願。

行動：默想這十字架與你的關係。



第三十二天

尼哥德慕尋道

經文：有一個法利賽人，名叫尼哥德慕，是猶太人的官。這人夜裏來見耶穌，說：「拉比，我們知道你是由上帝那裏來作師傅的；因為你所行的神蹟，若沒有上帝同在，無人能行。」耶穌回答說：「我實實在在地告訴你，人若不重生，就不能見上帝的國。」約 3:1-3

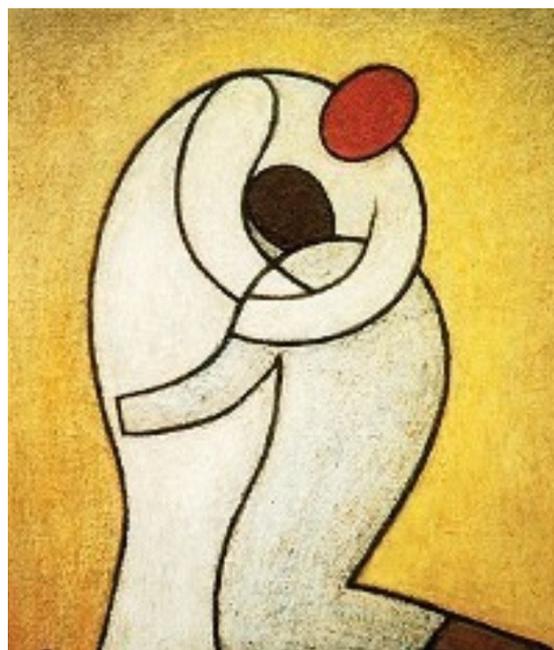
又有尼哥德慕，就是先前夜裏去見耶穌的，帶著沒藥和沉香約有一百斤前來。他們就照猶太人殯葬的規矩，把耶穌的身體用細麻布加上香料裹好了。約 19:39-40

思想：經文沒有指出尼哥德慕最終有沒有重生。但他之後為耶穌的遺體安葬，表明他已認識這位耶穌為基督。

反省：我們今天是否已重生了？乃藉由我們的生命如何回應主呼召，可窺一二。

祈禱：主啊！求聖靈光照引導我們，重生我們，使我們內裡的靈時刻順服回應主的真理。奉主名求。誠心所願。

行動：試想主將你擁在懷中，那時，你的感受如何？



第三十三天

兩姊妹的選擇

經文：他們走路的時候，耶穌進了一個村莊。有一個女人，名叫馬大，接他到自己家裏。她有一個妹子，名叫馬利亞，在耶穌腳前坐著聽他的道。馬大伺候的事多，心裏忙亂，就進前來，說：「主啊，我的妹子留下我一個人伺候，你不在意嗎？請吩咐她來幫助我。」耶穌回答說：「馬大！馬大！你為許多的事思慮煩擾，但是不可少的只有一件；馬利亞已經選擇那上好的福分，是不能奪去的。」路 10:38-42

思想：馬大與馬利亞盡力接待耶穌，有用她的熱心款待，有靜候聆聽主的教導。本來兩者皆美好，只是互相比較產生妒忌。

反省：你會做馬利亞還是馬大？事實上，每個人都有機會成為兩姊妹任何一方。只是我們在生命中如何選擇。準則只有一個，就是得主的喜悅，成為蒙福的人。主耶穌也曾在客西馬尼園選擇，以照天父的旨意而行。

祈禱：主啊！祢是賜福的上帝，求祢教導我們如何接受祢所賜的福樂，好叫我們的生命為主發出光輝。奉主名求。誠心所願。

行動：今天我們學習數算主恩。為這些感謝上帝。



第三十四天

井邊婦人得活水

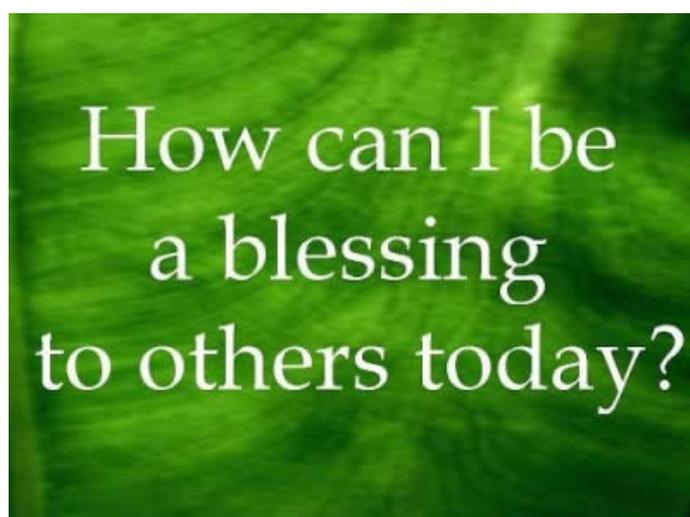
經文：婦人說：「先生，沒有打水的器具，井又深，你從哪裏得活水呢？我們的祖宗雅各將這井留給我們，他自己和兒子並牲畜也都喝這井裏的水，難道你比他還大嗎？」耶穌回答說：「凡喝這水的還要再渴；人若喝我所賜的水就永遠不渴。我所賜的水要在他裏頭成為泉源，直湧到永生。」約 4:11-14

思想：在每天勞碌打水中，這婦人卻尋找到活水生命。是何等奇遇！這水不單解心靈乾渴，更是活水，可以湧流出來。人人都能分享得到的。

反省：在我們生命中是否已尋找到活水的源頭？這是上帝所賜的，要在你的生命裡成為泉源，湧流不息。

祈禱：主啊！求祢將這活水賜我，不單叫我不乾渴，更藉我生命，讓活水湧流，成為祝福。奉主名求。誠心所願。

行動：思想我們怎樣才可以成為別人的祝福。



第三十五天

少年長官的機遇

經文：那少年人說：「這一切我都遵守了，還缺少甚麼呢？」耶穌說：「你若願意作完全人，可去變賣你所有的，分給窮人，就必有財寶在天上；你還要來跟從我。」那少年人聽見這話，就憂憂愁愁地走了，因為他的產業很多。太 19:20-22

思想：整個事件發展，原本都很順利，少年人能遵守律法，行上帝眼中的良善。只是他有一樣，攔阻他全心事奉主，就是他所擁有的財富。結果卻是失望的，因為他不能捨棄他所擁有的。

反省：今天，我們擁有一些令我們自驕自傲的東西，都可能會攔阻我們跟隨主。我們願意為主而放棄所擁有的呢？

祈禱：主啊！今天若有什麼攔阻我來跟隨祢的事和物，求主幫助我們，作明智的抉擇。奉主名求。誠心所願。

行動：思想有什麼人、事與物，攔阻你來跟隨主耶穌。為這些攔阻禱告主，求主為你開路。



第三十六天

婦女傾倒真哪噠

經文：耶穌在伯大尼長大痲瘋的西門家裏坐席的時候，有一個女人拿著一玉瓶至貴的真哪噠香膏來，打破玉瓶，把膏澆在耶穌的頭上。有幾個人心中很不喜悅，說：「何用這樣枉費香膏呢？這香膏可以賣三十多兩銀子賙濟窮人。」他們就向那女人生氣。耶穌說：「由她吧！為甚麼難為她呢？她在我身上做的是一件美事。因為常有窮人和你們同在，要向他們行善隨時都可以；只是你們不常有我。她所做的，是盡她所能的；她是為我安葬的事把香膏預先澆在我身上。我實在告訴你們，普天之下，無論在甚麼地方傳這福音，也要述說這女人所做的，以為記念。」可 14:3-9

思想：這婦女用了昂貴的代價，購買這香膏，為要用在她所尊敬的主耶穌身上，她行這事，本不是預告耶穌的死亡。只是耶穌揭開了十字苦架的沉重。

反省：今天你我信主多年，主耶穌在我們心中位置有多重要？主為我們捨棄生命，我為主何所棄？

祈禱：主啊！教導我們像這位婦女對主的愛與忠心，盡己力獻上美好的祭禮，榮耀主名。奉主名求。誠心所願。

行動：安靜思想：你生命中為主預備的真哪噠香膏是什麼？是金錢？是恩賜？是事奉？還是你整個生命活祭？為你自己的準備立志的祈禱。



第三十七天

西門彼得(一)基督宣告

經文：耶穌說：「你們說我是誰？」西門·彼得回答說：「你是基督，是永生上帝的兒子。」耶穌對他說：「西門·巴·約拿，你是有福的！因為這不是屬血肉的指示你的，乃是我在天上的父指示的。我還告訴你，你是彼得，我要把我的教會建造在這磐石上；陰間的權柄不能勝過他。我要把天國的鑰匙給你，凡你在地上所捆綁的，在天上也要捆綁；凡你在地上所釋放的，在天上也要釋放。」太 16:15-19

思想：彼得宣告耶穌為基督，是永生上帝的兒子。這種屬靈的看見，讓彼得進一步認識他所跟隨的耶穌，並非一般的夫子、醫生或是先知，乃是永生的上帝。

反省：我們認識主耶穌，乃是因為祂將自己揭示給我們。實在，窮我們一生也未必能全然了解基督耶穌的工作。

祈禱：主啊！祢是何等偉大及浩瀚！我們謙卑到祢面前，讓我們更多同瞻見祢的榮美。奉主名求。誠心所願。

行動：學效基督的謙卑。

(主耶穌為門徒洗腳)



第三十八天

西門彼得(二)三不認主

經文：他們拿住耶穌，把他帶到大祭司的宅裏。彼得遠遠地跟著。他們在院子裏生了火，一同坐著；彼得也坐在他們中間。有一個使女看見彼得坐在火光裏，就定睛看他，說：「這個人素來也是同那人一夥的。」彼得卻不承認，說：「女子，我不認得他。」過了不多的時候，又有一個人看見他，說：「你也是他們一黨的。」彼得說：「你這個人！我不是。」約過了一小時，又有一個人極力地說：「他實在是同那人一夥的，因為他也是加利利人。」彼得說：「你這個人！我不曉得你說的是甚麼！」正說話之間，雞就叫了。主轉過身來看彼得，彼得便想起主對他所說的話：「今日雞叫以先，你要三次不認我。」他就出去痛哭。路 22:54-62

思想：彼得在跟隨耶穌期間表現出強而有力的一面，在不多事上表明他對主的忠心；在此刻，彼得浮現他的恐懼與軟弱的心靈的另一面，成為明顯的對比。

反省：每一個人都有兩面，我們常將好的一面展示，收藏起陰暗面。但是若不處理個人的陰暗一面，他朝一日陰暗一面浮現時，將會一發不可收拾。

祈禱：主啊！求祢以真理的光，照透我們的生命。在生命中陰暗的角度，求祢以愛以誠，更新及改變我們。奉主名求。誠心所願。

行動：我們曾幾何時，也想掩藏我們基督徒的身份，求主憐憫和赦免。



第三十九天

古利奈人西門背十字架

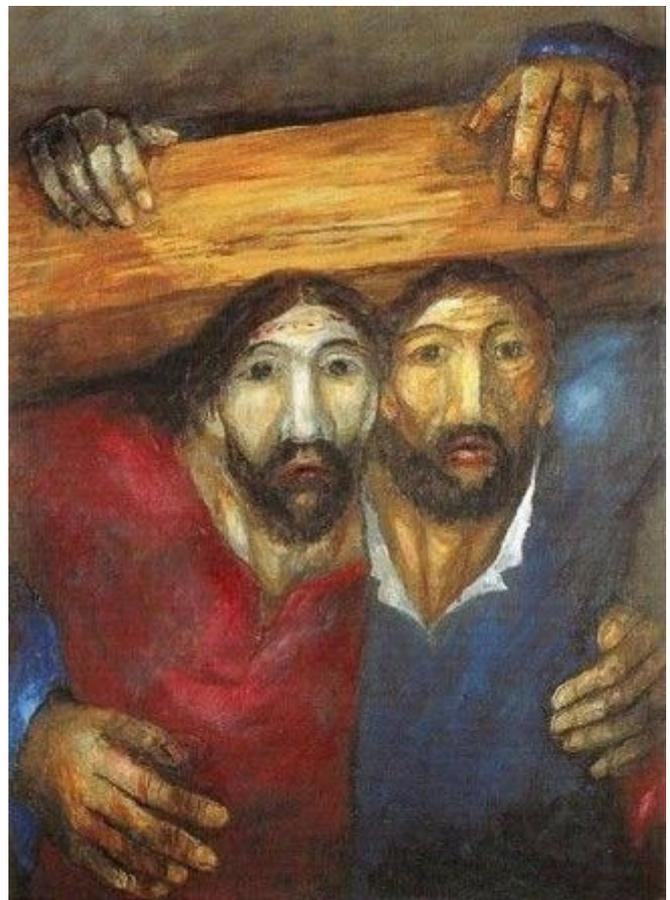
經文：他們出來的時候，遇見一個古利奈人，名叫西門，就勉強他同去，好背著耶穌的十字架。33 到了一個地方名叫各各他，意思就是「髑髏地」。太 27:32-33

思想：古利奈人應該是有色的人種，他到這地可能只是湊熱鬧。誰知卻被挑中為耶穌背十字架。心不甘！情不願！卻成為了歷史上第一位與耶穌背十字架的人。

反省：在生活之中，有很多事情不是心甘情願，是被免強而行的。這些都不是幸福嗎？若呼召你去與耶穌同背十字架，你願意嗎？

祈禱：主啊！求祢幫助我們放下自己的意思和感受。更多體貼與主同行的苦與甘，享受與主同行的平安及喜樂。奉主名求。誠心所願。

行動：感受與主同背十字架的苦與樂。並向主禱告。



第四十天

自己

經文：然而，我今日成了何等人，是蒙上帝的恩才成的，並且他所賜我的恩不是徒然的。林前 15:10

思想：保羅在書信中指出他自己原本的生命是不配的，甚至是逼迫上帝的教會的。但因著主耶穌的恩典，他的生命截然不同，被主所使用，成為傳福音的使者。

反省：在過往三十九天默想，大家從不同聖經人物去反省生命。今天，我們要反觀自己的生命——成了何等人？我們之所以能站立在主前，乃是主的恩典而成。

祈禱：主啊！感謝祢的陶造與更新。願我每天更像恩主。奉主名求。誠心所願。

行動：回想整個默想旅程，感謝主的引導。願我自己更像恩主楷模。為將要進入基督從死裡復活的大喜樂作準備。



中華基督教會合一堂香港堂

地址：香港般咸道二號

電話：2548 6080

中華基督教會合一堂九龍堂

地址：九龍何文田巴富街 2 號

電話：2711 3866

中華基督教會合一堂北角堂

地址：北角雲景道 48 號

電話：2578 5757

中華基督教會合一堂馬鞍山堂

地址：新界馬鞍山鞍誠街 26 號

電話：2644 1572